

V2512 Interpellation (EVP-GLP-Mitte-Fraktion) „30 Minuten Schlaf für Teenager“

Beantwortung; Direktion Bildung und Soziales

Vorstosstext

Nach einem erfolgreichen Versuch im Schulhaus Spitalacker (Bern) will die kantonale Bildungsdirektion allen Schulen im Kanton ermöglichen, den Unterricht in der Oberstufe eine halbe Stunde später zu beginnen.¹ Genügend Schlaf ist wichtig für Teenager, wie die Alltagserfahrung zeigt und Studien zur Hirnentwicklung bestätigen.² Zudem entlasten einheitliche Schulstartzeiten die Eltern (bzw. Erziehungsberechtigte). Für die Schulen selber stellen sich natürlich organisatorische Fragen. Vor diesem Hintergrund bitten wir den Gemeinderat um die Beantwortung folgender Fragen:

1. Besteht bei den Schulen und den Elternräten der Gemeinde Köniz grundsätzlich Interesse, den Schulbeginn in der Oberstufe nach hinten zu verschieben?
2. Besteht bei den Schulen und den Elternräten der Gemeinde Köniz grundsätzlich Interesse, die Schulstart-Zeiten zu vereinheitlichen? Welche Vor- und Nachteile sehen diese für die Unterstufe (auch bezgl. Lektionen-Dichte am Vormittag, freie Nachmittage)?
3. Wie und bis wann will der Gemeinderat zusammen mit Schulleitungen, Schüler:innen, Eltern und Schulkommission die konkreten Möglichkeiten eines späteren Schulbeginns für die Oberstufe und einer allfälligen Vereinheitlichung an Könizer Schulen ausloten? Wie wird er darüber kommunizieren?

Köniz, 5.05.2025
Andreas Hauser

Eingereicht

05.05.2025

Unterschrieben von 30 Parlamentsmitgliedern

Andreas Hauser, Katja Streiff, Toni Eder, Matthias Müller, Roland Akeret, Roger Tanner, Jutta Gubler Kläne-Menke, Fabienne Marti, Sandra Röthlisberger, Janka Hamm, Ronald Sonderegger, Tatjana Rothenbühler, Arlette Mürger, Bülent Celik, Urs Mumenthaler, Géraldine Boesch, Isabelle Steiner, David Müller, Klaus von Muralt, Sara Gasser, Mayra Faccio, Laura Hoffman, Lukas Erni, Christina Aebischer, Monika Röthlisberger, Heidi Eberhard, Sladjan Petrovic, Brigitte Rohrbach, Casimir von Arx, Christine Müller

¹ Vgl. <https://www.hauptstadt.be/a/30-minuten-mehr-schlaf> und <https://www.derbund.ch/schule-bern-im-spitalacker-beginnt-der-unterricht-erst-um-8-uhr-655829687805>

² Vgl. z.B: Galván (2020) <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1364661319302608>, vgl. auch <https://www.20min.ch/story/cambridge-studie-diese-schlafroutine-laesst-hirn-von-teenagern-wachsen-103330019>

Antwort des Gemeinderates

Die Beantwortung der Fragen 1 und 2 stützt sich auf Rückmeldungen der Präsidien der Elternräte, der Schul- und Tagesschulleitungen sowie der Schulkommission. Diese Einschätzungen wurden in schriftlicher Form und an Sitzungen eingeholt. Unter den Begriff «Schulen und Elternräte» fallen bei der Beantwortung der ersten beiden Fragen somit die Rückmeldungen dieser Anspruchsgruppen, wodurch eine Annäherung an die unterschiedlichen Sichtweisen zu ermöglichen versucht wurde, wenngleich damit noch keine abschliessende Beurteilung aller Interessen verbunden ist.

1. Besteht bei den Schulen und den Elternräten der Gemeinde Köniz grundsätzlich Interesse, den Schulbeginn in der Oberstufe nach hinten zu verschieben?

Bei den Schulen und den Elternräten der Gemeinde Köniz besteht grundsätzlich Interesse an einem späteren Unterrichtsbeginn auf der Sekundarstufe 1.

Insbesondere von Seiten der **Elternräte** wird die Möglichkeit, den Start in den Schulmorgen nach hinten zu verschieben, positiv aufgenommen, wobei neben den Schlaf- und Entwicklungsbedürfnissen der Jugendlichen vor allem auch die Vereinbarkeit von Familie und Beruf als Hauptargumente genannt wird.

Die **Tagesschulleitenden** betonen in ihren Rückmeldungen, dass längere, klar strukturierte Vormittage und die dadurch frei werdenden Nachmittage für die Betreuung zahlreiche Vorteile bringen. Die Betreuungseinheiten können so konstanter, ruhiger und pädagogisch gestalteter organisiert werden, was den sozialen und entwicklungspsychologischen Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen zugutekommt. Aus ihrer Sicht spricht vieles dafür, den Unterrichtsbeginn auf allen Stufen einheitlich um 08:00 Uhr festzulegen.

Auch die betroffenen **Schulleitungen der Sekundarstufe 1** sehen in einem späteren Beginn insbesondere mit Blick auf die Bedürfnisse der Jugendlichen eine Chance. Gleichzeitig weisen sie darauf hin, dass eine Ausweitung des Unterrichtsblocks am Vormittag zu längeren Nachmittagsblöcken und gegebenenfalls zum Wegfall des freien Mittwochnachmittags führen könnte, was organisatorische Anpassungen erforderlich macht. Erfahrungen aus dem Pilot «Modell Spitalacker» zeigen zudem, dass ein solch strukturierter Fünf-Lektionen-Morgen auf der Sekundarstufe 1 Anpassungen in der Stundenplanung, bei den Übergängen zwischen unterschiedlichen Fachbereichen sowie bei den Personaleinsätzen, insbesondere der Lehrpersonen für individuelle Förderung, notwendig macht. Unterrichtseinheiten müssen stärker rhythmisiert und sich stark unterscheidende Fachbereiche sorgfältiger aufeinander abgestimmt werden. Als Vorteil dieser gewonnenen Kompaktheit am Vormittag können Themen jedoch vertiefter bearbeitet werden, was die Konzentration und den sogenannten «Flow» der Schülerinnen und Schüler fördert.

Die **Schulkommission** zeigt sich gegenüber einem späteren Unterrichtsbeginn auf der Oberstufe grundsätzlich offen. Sie anerkennt insbesondere die wissenschaftlichen Hinweise zur Verschiebung des Biorhythmus bei Jugendlichen sowie die positiven praktischen Erfahrungen mit späteren Schulstartzeiten, die in der Gemeinde Köniz unter anderem während der Corona-Zeit gesammelt werden konnten. Eine solche Entwicklung sollte jedoch sorgfältig geprüft werden, insbesondere im Hinblick auf organisatorische Auswirkungen und die Abstimmung mit den Bedürfnissen jüngerer Kinder. Die Schulkommission spricht sich in diesem Zusammenhang mehrheitlich für flexible und standortspezifische Lösungen aus.

2. Besteht bei den Schulen und den Elternräten der Gemeinde Köniz grundsätzlich Interesse, die Schulstart-Zeiten zu vereinheitlichen? Welche Vor- und Nachteile sehen diese für die Unterstufe (auch bezgl. Lektionen-Dichte am Vormittag, freie Nachmittage)?

Die **Elternräte** der Gemeinde Köniz befürworten grundsätzlich einen einheitlichen Schulbeginn um 08:00 Uhr. Dabei werden für die Unterstufe vor allem Vorteile wie die Vereinfachung des

Familienalltags, eine klarere Tagesstruktur, eine bessere Konzentration am Vormittag sowie freie Nachmittage für Freizeit und ausserschulische Aktivitäten genannt. Ein einheitlicher Schulstart wird zudem als organisatorische Entlastung für Familien und Schulen gesehen, da unterschiedliche Anfangszeiten bei mehreren Kindern als besonders herausfordernd wahrgenommen werden. Gleichzeitig wird vereinzelt darauf hingewiesen, dass eine stärkere Verdichtung des Unterrichts am Vormittag für jüngere Kinder belastend sein könnte und die Auswirkungen auf Nachmittage sowie auf Angebote in Musik- und Sportvereinen sorgfältig geprüft werden sollten. Einige Elternräte haben zudem betont, dass eine genauere Information über mögliche Änderungen beim Nachmittagsunterricht, bei Pausenregelungen oder beim Stundenumfang wünschenswert sei, um allfällige Vor- und Nachteile differenziert beurteilen zu können.

Die **Tagesschulleitenden** der Gemeinde Köniz begrüßen eine Vereinheitlichung des Unterrichtsbeginns auf allen Stufen ausdrücklich und halten dies für die Tagesschulen insgesamt für sinnvoll und umsetzbar. Sie verweisen dabei insbesondere auf Vorteile für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie auf eine deutlich verbesserte Rhythmisierung des Tagesablaufs. Durch einen einheitlichen Stundenplan entfallen viele Übergänge und Wege, was den Alltag der Kinder beruhigt und konstantere Betreuungsgruppen ermöglicht. Gerade für die jüngeren Kinder bedeutet dies weniger Wechsel während des Tages und damit mehr Stabilität und Sicherheit. Darüber hinaus entstehen durch längere, zusammenhängende Betreuungszeiten mehr Möglichkeiten für Projekte, Ausflüge und freies Spiel. Dies fördert nicht nur das soziale Lernen, sondern eröffnet den Kindern vielfältige Lern- und Erfahrungsräume. Für die Mitarbeitenden werden die Arbeitsbedingungen attraktiver, da sich die Pensen besser planen lassen, Kleinstpensen wegfallen und weniger unbezahlte Pausen anfallen. Auch die Administration und Raumplanung können vereinfacht werden, während die Eltern von einer klareren und stabileren Tagesstruktur profitieren.

Als mögliche Nachteile nennen die Tagesschulleitungen eine Übermüdung einzelner Kinder bei hoher Lektionendichte am Vormittag sowie zusätzliche Betreuungskosten, die für Eltern durch den Wegfall von Nachmittagsunterricht entstehen können. Insgesamt überwiegen aus ihrer Sicht jedoch deutlich die Vorteile, sodass eine Umstellung auf ein solches Modell sowohl für die Betreuung als auch für den Unterricht einen tiefgreifenden Wandel darstellen würde.

Einige **Schulleitungen** zeigen grundsätzlich Interesse an einer Ausweitung des Vormittagsunterrichts auf fünf Blocklektionen sowie an einer Vereinheitlichung des Schulstarts. Sie erwarten davon eine strukturelle Beruhigung des Schulsystems und eine Vereinfachung der Übergänge zwischen Schule und Tagesschule, was insbesondere auch für Eltern Vorteile bringt. Für den Zyklus 3 wird eine solche Lösung mehrheitlich als sinnvoll und umsetzbar eingeschätzt, zum Teil gestützt auf positive Erfahrungen aus der jüngeren Vergangenheit, als der Schulstart im Rahmen der Corona-Massnahmen bereits einmal nach hinten verschoben wurde.

Bei den Schulleitenden der Zyklen 1 und 2 bestehen hingegen deutliche Vorbehalte. Ein früher Beginn mit fünf Lektionen am Stück wird für Kindergarten- und Basisstufenkinder vielfach als zu belastend eingeschätzt, da diese gegen Mittag oft ermüden. Gleichzeitig würde ein solches Modell bedeuten, dass mehr Kinder der unteren Stufen die Tagesschule besuchen müssten, was aufgrund bestehender Kapazitäten nicht an jedem Schulstandort realisierbar wäre.

Darüber hinaus ergeben sich für die Schulleitungen verschiedene schulorganisatorische Herausforderungen. Der Wegfall von Frühstunden und kurzen Pausen schränkt die Flexibilität bei der Stundenplanung ein und macht neue didaktische Formate erforderlich. Auch die Koordination von Wahlfächern, die Nutzung von Spezialräumen und Turnhallen sowie die Abstimmung mit Angeboten der Talentförderung wurden mehrfach als Punkte genannt, die sorgfältig geprüft werden müssen. Zudem hätte eine solche Umstellung Auswirkungen auf die Pensenmodelle der Lehrpersonen.

Vor allem aber weisen die Schulleitungen darauf hin, dass eine Vereinheitlichung des Schulstarts und die Einführung eines durchgehenden Fünf-Lektionen-Vormittags nicht nur eine organisatorische Massnahme darstellen, sondern tief in die Schul- und Unterrichtsentwicklung eingreifen. Sie erfordern eine intensive Auseinandersetzung mit neuen didaktischen Konzepten, eine veränderte Rhythmisierung von Lern- und Entspannungsphasen sowie die Bereitschaft der Lehrpersonen, Unterrichtsformen und -strukturen weiterzuentwickeln. Solche Vorhaben sind damit immer auch Teil eines umfassenden Entwicklungsprozesses der Schule, der die pädagogischen Kulturen nachhaltig beeinflusst.

Die **Schulkommission** zeigt sich insgesamt offen für eine Weiterentwicklung in Richtung eines Fünf-Lektionen-Vormittags als mögliches Modell von Ganztagesstrukturen. Besonders aus pädagogischer Sicht sowie im Hinblick auf die Vereinbarkeit von Familie und Beruf wird dieses Konzept grundsätzlich positiv bewertet. Während die Zielrichtung breite Zustimmung findet, wird eine flächendeckende und einheitliche Umsetzung jedoch kritisch hinterfragt. Die Schulkommission spricht sich mehrheitlich für flexible Lösungen aus, die regionale Gegebenheiten sowie schulorganisatorische Möglichkeiten berücksichtigen.

Als Herausforderungen werden insbesondere die potenzielle Belastung jüngerer Kinder, die Auswirkungen auf Stundenpläne und die Akzeptanz bei den Lehrpersonen genannt. Zudem wird auf mögliche zusätzliche Kosten für Eltern im Zusammenhang mit der Tagesschule hingewiesen. Einigkeit besteht darüber, dass eine differenzierte und schrittweise Einführung zielführender ist als ein einheitliches Modell für die gesamte Gemeinde. Die Schulkommission betont in diesem Zusammenhang die Bedeutung, die unterschiedlichen Perspektiven von Kindern, Eltern, Schulen und Tagesschulen angemessen zu berücksichtigen.

Insgesamt wird eine Vereinheitlichung des Schulbeginns und die Einführung eines Fünf-Lektionen-Vormittags mehrheitlich positiv beurteilt. Vorteile werden insbesondere in einer klaren Tagesstruktur, organisatorischen Entlastungen und einer besseren Abstimmung zwischen Schule und Tagesschule gesehen. Gleichzeitig bestehen Vorbehalte hinsichtlich der konkreten Auswirkungen auf die jüngeren Kinder, die Stundenpläne und die Betreuungsorganisation.

3. Wie und bis wann will der Gemeinderat zusammen mit Schulleitungen, Schüler:innen, Eltern und Schulkommission die konkreten Möglichkeiten eines späteren Schulbeginns für die Oberstufe und einer allfälligen Vereinheitlichung an Könizer Schulen ausloten? Wie wird er darüber kommunizieren?

Die Thematik eines späteren Schulbeginns für die Oberstufe sowie einer allfälligen Vereinheitlichung der Schulstartzeiten an den Könizer Schulen wurde von der Schulkommission bereits im Rahmen ihrer Klausur im November 2024 gemeinsam mit der Konferenz der Schul- und Tagesschulleitenden ausführlich behandelt. Im Zentrum dieser Klausur stand die künftige Verzahnung von Unterricht und Betreuung, wobei das Modell Spitalacker aus Bern von Schulleiter Marcel Sahli als mögliches Beispiel vorgestellt und vertieft diskutiert wurde. In Arbeitsgruppen wurden Chancen, Herausforderungen und erste Umsetzungsideen für Köniz erörtert. Dabei wurde insbesondere deutlich, dass eine solche Weiterentwicklung nicht nur organisatorische Anpassungen, sondern vor allem einen umfassenden Schul- und Unterrichtsentwicklungsprozess darstellt.

Die Schulkommission hat sich im Anschluss grundsätzlich positiv gegenüber einer Weiterentwicklung in Richtung Ganztagesstrukturen positioniert, die das Thema des Vorstosses in einem übergeordneten Rahmen aufnehmen. Sie betonte jedoch die Notwendigkeit einer differenzierten, standortbezogenen und schrittweisen Herangehensweise. Vor diesem Hintergrund hat die Schulkommission die Abteilung Bildung, Soziale Einrichtungen und Sport beauftragt, gemeinsam mit den Schulleitungen, Tagesschulleitungen und weiteren Anspruchsgruppen eine Strategieskizze zu Ganztagesstrukturen in der Gemeinde Köniz zu erarbeiten. Dieser Entwurf soll bis Mitte des Schuljahres 2025/26 vorliegen und neben pädagogischen und organisatorischen Fragen auch finanzielle Auswirkungen beleuchten. Er dient damit als fundierte Entscheidungsgrundlage für die Schulkommission und den Gemeinderat.

Die Schulkommission wird in diesem Prozess ihre strategische Steuerungsfunktion wahrnehmen und zu gegebener Zeit über konkrete Anpassungen der Unterrichtszeiten, in Abstimmung mit dem Gemeinderat, entscheiden. Dabei wird sichergestellt, dass die betroffenen Anspruchsgruppen, insbesondere Kinder, Jugendliche, Eltern, Schulleitungen und Tagesschulleitungen, zum richtigen Zeitpunkt und stufengerecht einbezogen werden. Geplant ist, die Öffentlichkeit und die Eltern über Zwischenergebnisse rechtzeitig zu informieren, bevor verbindliche Entscheide gefällt werden.

Unabhängig von den gemeindeinternen Arbeiten ist eine konkrete Umsetzung möglicher Modelle jedoch erst möglich, nachdem die vom Kanton Bern vorgesehenen Anpassungen der rechtli-

chen Grundlagen in Kraft getreten sind. Gemäss des aktuellen Projektfahrplans der Bildungs- und Kulturdirektion zum «Schulversuch Spitalacker zu den 5-Lektionen-Blockzeiten»³ wird die entsprechende Anpassung des Anhangs zum Stundenplanreglement (AHB) frühestens auf den 1. August 2026 wirksam. Erst auf diesen Zeitpunkt wäre es rechtlich zulässig, in Köniz Blockzeiten mit einem einheitlichen Fünf-Lektionen-Vormittag für alle Zyklen verbindlich einzuführen.

Köniz, 6. August 2025

Der Gemeinderat

³ <https://www.akvb-unterricht.bkd.be.ch/de/start/schulversuche/schulversuch-spitalacker.html>